

أخبر الجبهة الشعبية

تعود لأحضان عرفات

قام وفد من أعضاء القيادة العليا للتحرير في فلسطين الجبهة الشعبية لتحرير فلسطين بقيادة العمدة - لقيته في رامات القسطنطينية - بمرور عرفات في غزة.. وتم البحث في الاجتماعات - المشاركة بسلطة الوطنية - وعودة قيادة وكبار الجبهة من الخارج، وعودة الجبهة إلى بيت لحم.

وقد تم لقاء الوفد مع الرئيس عرفات لتقديم خلع ٩٦ كلاس في الخارج، للعودة إلى فلسطين، وسوف يتم رفع كلف آخر بلسا ٢٠٠ من كلاس الجبهة إلى الرئيس عرفات.

وأمام قيادة الداخل، الأعضاء في الهيئة القيادية العليا:

١- دلال عودة - ٢- سليم أبو السمود - ٣- بشير أبو شلبية - ٤- كاسترو - ٥- عيسى أبو علام - ٥- جعفر علي صالح - ٦- أبو خالد سبيل.



أسبوعية عربية - سياسية - مستقلة

إيراني يتخلى عن فوز محقق

تجنباً للمقاومة صاغ الإسرائيلي

ع بعد دافعه ونصف إثر تحوّل الحكم إلى بصورة متكررة لتعصده التراجع في مواجهته مع الخصم، وهو المصارع التركي صباغ الدين أوزترك، وعدم المنافسة بجديّة في الدور الأول بطولة العالم للمصارعة الحرة بمدينة أنطاليا التركية.

وقال التلفزيون الإيراني أن المصارع خاتم ربما كان طرف من البطولة أو همزاً، ولم يشارك في رفق اللعب مع المصارع الإيراني أمير رضا خادم الحاصل على الميدالية البرونزية في أولمبياد برشلونة العام ١٩٩٢ خسر في المباراة في وزن ٨٢ كجم.

العدد ١٨٧١ / السنة ١٨٧١ / الأربعاء ١٩٩٥ / ٨ / ٣ رئيس التحرير المسؤول: - زهدي البدوي عمان / المملكة الأردنية الهاشمية

التيارات الفلسطينية المارضة تطلب من عناصرها العودة للضفة الغربية

مصدر دبلوماسي كويتي: الهدف

عودة اللاجئين للاكرية

الحقوا أهاليكم قبل أن يموتوا وهم أحياء

عصابة النساء وراء حوادث السرقة

إذا سلموه وقع المزيد من العمليات الانتحارية

موسى أبو مرزوق قد ناضل بين أميركا السلام وأميركا الحرب!



المهندس إبراهيم غوشة

مطاردة
موسى
العمليات
الانتحارية

تحدثت أمام اللواء محمود، ودي مدير الادارة العامة لمباحث القاهرة عدة علاقات من اطياف ورجال اعمال عن ترميزهم للسرقة بالكراوات من عصابة مكية من ثلاث سيدات ورجل... كما تقدم بملف سيارتي اجرة يلاعين مسرعة سيارتهما بملف الاحتيال والكراوات وانتهما افراد نفس العصابة... قال احد الاخياء الشبان ويقيم في المادى انه كان يصادفهم ويخرجهم بسينيتي تحملان ثلاثة وادعيا انها مربية اصلها كم شديد بيضاء فدخلها غرة الكفف ولفاء قايما بالكشف عليها لاحظ ان احدى السيدتين قد قامت بفتح نافذة سفلة العبادات الخلق وبعد قليل قوبل بجبل يدخل من هذه النافذة واسمك من رقبته ويضغط عليها بشدة محاولا تله في حين اخذت السيدات الثلاث تتوسل لبقية من ٧

عودة

في البدء كانت الكلمة... ومن هنا انطلقت مسيرة الهدف وقطنا على طريق التلاحق والارتقاء شوطا... وتم لنا ذلك بالتحالف الايدي بين الكلمة الحرة للصناعة والعقل المفتوح والكتاب المستقيم والقرى والكنى الواعي... وحلفاء الهدف هم كل هؤلاء... للكلمة والعقل والموقف وقرؤها وجمهورها الذين عرفوها وعرفتهم... فمنحوها محبتهم وكنتمهم عن طيب خاطر... فاستطعت بين الجميع حلقات التفاهم والتقدير والمحبة والايثار... وادى كل هذا الى تعزيز تصديق التزامنا برسالتنا وعدم الانحراف عنها قيد لقطة...

في كل مسيرة لا بد من لحظة تقف فيها أي صحيفة أو مؤسسة على مفترق طرق لتختار بين مواصلة النزول إلى الأسواق ولكن بوجه غير وجهها ولامح غير ملامحها الاصلية وبين التوقف عن الصعود إلى أجل مسمى حتى يقضى الله أمرا كان مفعولا... وهكذا كان... فاختارت الهدف لتستجمع أواها وقراتها في مواجهة تحديات وعواقل تقتصت أمامها... ولأننا نعرف هدفنا ونفسنا ونذكر أبعاد رسالتنا لوطني والقومي والأمستلي لتقبل... ورغم آلام القرار رأينا أن تغيب عن قرائنا وجمهورنا القلي فترة قصيرة استطعنا خلالها أن نتقلب على التحدي وتجاوز لوائق ونحن نريد في أنفسنا (أن الضربة التي لا تقتلني تقتلني)

وهكذا كان... حيث خرجت الهدف أكثر قوة وجرة في قول كلمة الحق والاصرار على التغيير نحو الأفضل وإلى الامام دائما ولتعود إلى القرى الذي لجأها المبديء الوطنية والقومية والانسانية التي تزلت الهدف إلى الميدان لتحقيقها وحمايتها. وما نحن نعود اليكم... إلى أحيانا في كل مكان تحت شمس الحق والحرية... لتقدم لكم ما اعتنا عليه من الوجبت الاعلامية كقلمة التي وجتم وستجود فيها باستمرار غذاء العقل والروح والنفس من الانباء الصالحة والتحليلات السياسية والاخبارية والتكثيف للقربة بعد أن تحققت ظروف العودة الميمونة اليكم فعينا... وللمود لحد.

الديبلوماسية الأميركية الآن امام مازق. فإذا سلمت إلى إسرائيل الدكتور موسى أبو مرزوق (٤٤ سنة) تكون قد وضعت الغاما جديدة على طريق السلام في الشرق الأوسط واعادت المفاوضات الجارية الآن في «فيلات» بين الجانب الفلسطيني والجانب «الإسرائيلي». وإذا تمتعت عن تسليمه لأنه لن يحظى بالمحاكمة العادلة في إسرائيل، فإن ذلك سيثير حفيظة إسرائيل. ويبقى الأمر امتحانا للديبلوماسية واشتغل. فاما ان تكون مستقلة عن الضغط الإسرائيلي واما ان تكون اسيرة لهذا الضغط.

والدكتور أبو مرزوق هو رئيس المكتب السياسي لحركة المقاومة الإسلامية (حماس) في نيويورك. وقد اعتقل يوم الثلاثاء الأسبق في مطار نيويورك من قبل مكتب التحقيقات الفيدرالي، ولم توجه إليه أي تهمة، وقالت وزيرة العدل الأميركية «جانيت رينو»: «لقد اعتقلناه ونقوم بمراجعة وضعه». ولكن قال مسؤولون في الإدارة الأميركية ان سبب الاعتقال يعود إلى الاشتباه في انه أحد قادة «حماس».

وأبو مرزوق المولود في غزة درس في الولايات المتحدة ومتزوج من أميركية ويحمل بطاقة اقامة «جرين كارد». وعاش في ضاحية «فون تشيرتشر» القريبة من واشنطن. كما اقام في ولاية فيرجينيا لبعض الوقت. وكان قد اعيد وزميل له هو عماد القلي من العاصمة الأردنية عمان في شهر ايار (مايو) الماضي بسبب نشاطاته المناهضة للسلطة الفلسطينية.

وقد تسلم الرئيس «بيل كلينتون» رسالة من حركة «حماس» عبر عدد من السفارات الأميركية في الخارج، تطالب بالإفراج عن أبو مرزوق. وقال المهندس إبراهيم غوشة «مؤيد لحركة «حماس» ان طلب الإفراج عن أبو مرزوق مؤسس على انه لم يرتكب أي مخالفة للقوانين الأميركية. ويخشى المراقبون ان يتسبب تسليم أبو مرزوق إلى إسرائيل في عمليات انتحارية جديدة. وهناك لذلك محاولات لترجيحه إلى دولة الامارات كحل وسط!

في هذا العدد

- الرئيس فريج يشيد بالعلاقات الأردنية الفلسطينية.
- القربة على ضفاف الوطن.
- حليفت غريب من الخيال، تحصل كل يوم بين أهلي الضفة الغربية.
- زوجتي كسرت عظمي.
- اختلص للقصان... فكتكت الجريمة...
- ليلية جورج وسوف... سببها نجوى كرم.
- هاي... متكلف.
- علاج سرطان الثدي.
- اعترفت بـ «بقعة هوى» على الهواء.
- مساء على قنجان شاي...
- تقنوني من زوجي الخيال...

نحو الهدف

عراق بدون صدام يساوي رفع الحصار الاقتصادي هل هذا ما ترجوه امريكا ؟

يتحرك العالم كله يستنشق امريكا ويربطها حاليا بإلقاء العقوبات الاقتصادية المفروضة على العراق والتي فقدت مبرر وجودها واستنفذت اغراضها. وتحولت إلى عصابة قتل جماعي للأطفال والشيوخ والنساء والمرضى. في هذا الوقت بلذات يصل وفد امريكي إلى عمان لاتقاء الحكومة العراقية بقطع كل المعاملات الاقتصادية مع العراق من قبل تشديد الخناق على شعب العراق وإن امريكا سوف تساعد الارين في تحسين العلاقات مع دول الخليج وخصوصا الكويت وسوف تقنع السعودية بتزويد الارين بالنفط. إن للارين مصالح حيوية في العراق ولا يمكن أن تعوض عن طريق تحسين العلاقات مع السعودية والكويت، والارين تحصل على نفط العراق بما يعادل ٥٠٠ مليون دولار سنويا وإن على العراق للارين حسابا مدين في ميزانية البنك المركزي العربي يبلغ ١١٠٠ مليون دولار منها ٦٠٠ مليون كلفت مطلوبة قبل فرض العقوبات والباقي قيمة الخصم المستوفى به على اسعار النفط والبالغ ١٥٠ مليون دينار أي ما يعادل ٢١٥ مليون دولار سنويا مساعدات عربية.

وفي هذا الوقت بلذات ايضا ظهرت قصة منح الارين اللجوء السياسي لآل صدام وزوجهم ووالدتهما وأولادهم بأمر من جلالة الملك الحسين وهم الفريق اول الركن حسين كامل حسن وزير الصناعة العراقي رئيس هيئة التصنيع العسكري العراقي وشقيقه العقيد صدام كامل حسن احد كبار ضباط الحرس الجمهوري ورفقتهما زوجتهما وهما ابنتا الرئيس صدام رعد ورناء ولقبن وصلوا إلى عمان مؤخرا. ومن تفهيم اللذين وقد رحب بهم جميعا لاجل ترحيب.

وصرح وزير الخارجية عبد الكريم الكيلاني انه لا يرى سببا لتوتر العلاقات مع العراق بسبب منح الحماية والرعاية لهؤلاء الأشخاص مع ان الفريق حسين كان قد صرح سابقا وعلى رؤوس الاشهاد وعلى الضفة الصغيرة بأن الحكم في العراق قد مضى وقته وان الأوضاع في العراق لا تطلق وقته وسوف يضع الخطر تحت العراق.

هكذا من الأصل

لبليله
الاستقبال أكثر من
في جديد لم تعد
مطبخها من مده
على تقرا السيلويو
بكل ليلهم يتدبر
عائلة قبل الرمس
عمل مشاريعها



ن في القلب
ي باريس
في القلب
نية في القلب
جرا عملية تغيير في
لإجراء الفحوصات
التي أجرتها منذ عدة
صحة جيدة وإن تحتاج
جرا عملية في قلب

معد هزين

من رواد الاغنية هو
لربيع والمطربات ابتداء
الى صوت لم نكلم في
بمستشفى بالقاهرة بعد
م الطحال ثم تطور في
الف لمن كان لولها ليد
1 ايضا له قارة للفتل
طربات .

المصري الراحل

إحدى من ملح مغربية
في قدم نحو ٢١ فيلما في
التولي لإجراء تحاليل
استبدال صمام الأورطي
بضيق وارتجاع شديدين
أستبد وعيه ، لفته على
نظي نتيجة لصلبة قلبية
المحولات التي قام بها
ت . فتمت على خضلة
مجموعة كبيرة من
وداعه لوداع الأخير
ر ليله الجديد الذي يخرج

موت الطفل حديث الولادة

حين يموت الطفل بعد حمل
تسعة أشهر وفي أول يوم من
ولادته ... ماذا يكون شعور الأم
الحزينة ؟



قالت سهاد : حملت بعد زواجي
بمنه تقريبا و فرحت كثيرا لأنني
سوف أصبح لم مثلي مثل باقي
البنات اللواتي يرغبن في أن
يكون لهن عائلة وأسرة ... زوج
ولولاد . كنت الأشهر الأولى من
الحمل قاسية جدا ... لا أستطيع
الأكل الا بصعوبة وكل ما أدخل
الأكل لي معني بدلت بالفتيان
والاستفراغ حتى اكملت لشهري
الثلاثة الأولى وشعرت وكأنني
سوف ألد مخص شديد ولوجاج في
الرحم والظهر ... ذهبت للطبيب
فلأخبرني بأنني حامل بتوأم وقد
نزل واحد منهما وبقي الآخر أي
ثبت الحمل بطفل واحد من التوأم
فقط واتممت شهور الحمل حتى
كان يوم الأوجاع والطلق ...
دملت الأوجاع ٢٤ ساعة تقريبا

لو ما يزيد (لأن هذا هو كان
حولي الأول) . ولدت بعد تلك
طفلة صغيرة جميلة ... لم ترى
لدينا سوى ٢٤ ساعة يوما كامل
وقبل أن أستطيع رؤيتها في اليوم
التالي حضرت للمرضى في
المستشفى ولخبرتي بوفاة الطفلة
للبرية . حزنت كثيرا لأن تعني
ضاع سدي .. ولكن الله قدر
ولطف ... أعطى ولخذ وتجلت
بالصبر ولكن حتى الآن أريد أن
أعرف سبب الوفاة هل هو نقص
الأكسجين أثناء عملية الولادة
هل هو تعسر الولادة ؟ هل هو
مرض كان بها وهي في رحم
الأم ؟ لا أحد يعلم السبب ...
ولكن الحزن لا زال يلزم الأم
حتى يومنا هذا .
لا زالت لأرسلات جارية في
جميع أنحاء العالم تبحث امر
موت الأطفال الحديثي
للولادة ... بعضها وصل إلى
نتيجة والبعض لم يصل حتى الآن
لجميع الأسباب المؤدية إلى
موت الأطفال الحديثي الولادة ...
والله اعلم .



استشارة طبية

أيها القارئ أيتها القارئة إذا عانيت من شيء تعتقد انه وجع
فلا تتأخر وابحث لنا بمشكلتك الصحية ونحن نعرضها بدورنا على
الطبيب المختص للاجابة عليها . لكن يجب عليك أن تعلم بأن
الوعي الصحي يتطلب منك ألا تعتمد في علاجك كل الاعتماد على
ما يصك من تشخيص طبي من خلال صفحات الجرائد .. لأن ذلك
لا يقي أبدا عن مراجعة الطبيب شخصيا لكي تتم المعالجة في
الوقت المناسب وقبل استفحال المرض واستحالة علاجه .

سؤال - ثعلبية

ظهرت في راس ابنتي بقعة حمراء ما لبثت أن تحولت إلى بقعة
بيضاء اللون والذي صاحبه سقوط الشعر المستمر فنتي قلق بشأن
صنع ابنتي وخو رأسها من الشعر . والطبيب المختص بالجلد
يقول انها ثعلبية فما هي الثعلبية وهل هي مرض معدي .. لرجوكم
أن تبيدوني لأني أخاف أن ينتقل المرض إلى رؤوس بناتي
الأخريات ويصبحن بدون شعر هن الأخريات ؟

سها - جبل التاج
جواب - عرضنا مشكلتك يا أخت سهي على طبيب اختصاصي
الأمراض الجلدية والتناسلية حيث قال : أن وصفك للمرض
وخاصة سقوط الشعر الموضعي ولبيضاض المنطقة بالفضل يدل
على أن المرض هو الثعلبية . وهذا مرض خطير جدا وفي معظم
الحالات يعود نمو الشعر إلى طبيعته من تلقاء نفسه بعد تلقي
العلاج المستمر ويجب أن يستمر العلاج لثلاث سنوات الحالة . هذا
المرض الثعلبية لا يعدي ولا يشفى من أن ينتقل إلى رؤوس
أخوات المريضة . وهناك أسباب عدة تكون الأصل في ظهور هذا
المرض وأهمها وجود بؤرة عدوى ضمنية إما في الأسنان وإما
في اللوزتين وإما في الجيوب الأنفية أو في الصوت وهناك سبب
وجيه آخر وهو الأهم لصدمة النفسية والتوترات النفسية فأنها
في غالبا ما تؤدي إلى مثل هذه الحالة المرضية .

سؤال - تعاني من دوخة

زوجة متزوجة منذ ستة شهور عمرها ٢٠ سنة يصيبها في
بعض الأحيان وفي وقت الغروب والقمر خاصة " دوخة " وتشعر
بالغثاين والقيء على الرغم من أنها لم تتناول طعام الكثير ...
وتضيف بأن القىء مستمر يوميا وتساءل هل من الممكن أن تكون
هذه أعراض حمل ؟ وكيف يمكن التخلص من الدوخة والقيء ؟
إذا كان هناك علاج لذلك .

سؤال - سمر عيسى

جواب - عند عرض مشكلة الأخت سمر عيسى على طبيبة
نساء لاجبات : أنه من الممكن أن تكون هذه الأعراض هي
أعراض الحمل ومن الممكن أن تكون غير ذلك وفي حالة الحمل
الذي يكون في العادة مصحوبا بالقيء والدوخة لذلك ننصح الأخت
سمر أن تجري فصلا لنسبة الحديد (الهيموجلوبين) في الدم
لمعرفة أن كان لديها ضعف دم أم لا وأن كان كذلك فيجب تناول
جرعات من حبوب الحديد يوميا طوال فترة الحمل . أما لقيء
فيعود في الغالب إلى أسباب نفسية ولتني ننصح الأخت سمر
بتغيير الجو الذي تعيش فيه لفترة مؤقتة كأن تذهب لزيارة أهلها
وصديقاتها وتبقى مع من تحب لتتشر بالامان والأطمئنان
والحنان . ويمكن من سمر أن تأكل قطعة من الكعك قبل أن تغادر
فراشها في الصباح ومن الضروري جدا أن تعمل فحص بول
مخبري للتأكد من أنها حامل وترجع لخصائي نسائي للمتابعة .
لما إذا صارت حاملا أربعة شهور واستمرت الدوخة والغثاين فأن
عليها أن ترجع لخصائي بطاني لأنها تصبح حالة مرضية ويجب
عنيها معالجتها .

سؤال - تقطيع في البول

يعاني المريض السائل عن صعوبة التبول ويقول :
كرهت نفسي لأنني لشعر بل واعاني من عدم القدرة على التبول
للسليم واعاني من تقطيع في البول وأشعر دائما بوجود قرعقة
لجامحة للتبول وعندما أذهب للحمام لا . بول سوى قطرات ماذا
فعل ؟

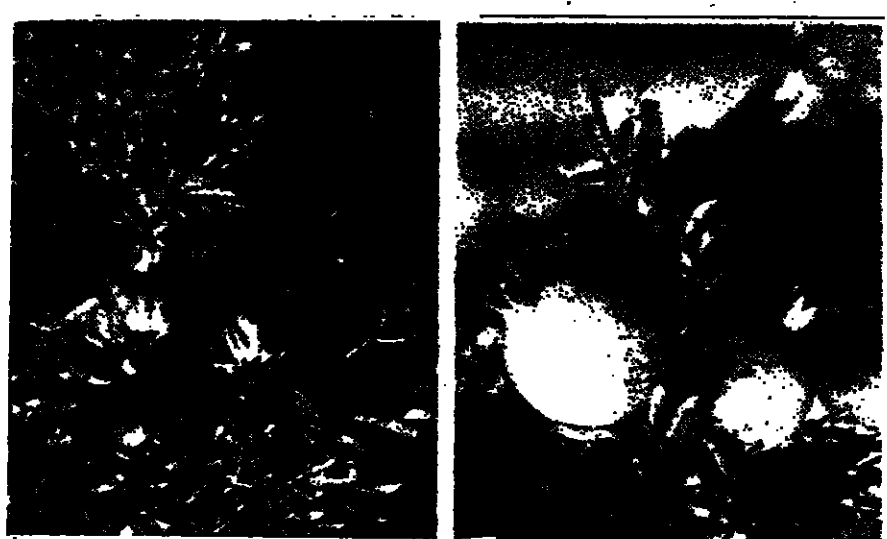
سامي الحلو - معان
جواب - طرحنا مشكلتك على اختصاصي أمراض مسالك
فأجاب :

- أن من يعاني منه الاغ السائل عارض مرضي ومن المؤكد أنه
يوجد هناك عدة أسباب تقطيع البول منها التهابات المسالك البولية
أو وجود حصي بولي أو غير ذلك ويكون تقطيع البول في العادة
مصحوبا لأعراض أخرى مثل الألم عند التبول وتغير لون البول
في العادة والعلاج لا يمكن أن يتم ما لم تجري له فحوصات
مخبرية وشعاعية وعندها يقرر الطبيب الاختصاصي وبعد الاطلاع
على نتائج الفحوصات يستطيع أن يبدأ بعلاجه . لذلك فنحن ننصح
هذا المريض بمراجعة اختصاصي المسالك البولية حتى تتمكن من
المعالجة .

نظام الحكومية

٣- عليك بأكل الطيب واللبن
القليل أو الخالي من اللحم .
خفف من أكل الوجبة الأصفر
والتي هي تسمن أكثر من
للحوم .
٤- لا تعتمد كثيرا على ما
ينشر عن اللحوم والأطعمة
التي تقول للشرة عليها بأنها
قليلة الدهن وخالية من
الكوليسترول لأن صحتي
الطعام لا يتغير دائما ما
يكتون على الشرة .
وتأكد بنفسك من أبعاد الطعام
من المواد القليلة اللحم بالفضل
وبأدأ تلك سوف تأكل طعامك
أيوم من السلطة والشورية
الخالية من اللحم فقط .
٥- دائما أطبخ الطعام بدون
استعمال الدهن أو السمن
الحواني واستبدله بالزيت
اللبانيه مثل زيت الزيتون
وزيت لخرة لا تقي الطعام
أيدا وبدلا من القلي استعمال
المسلق بالماء الحار .
٦- يجب أن تتببه أكثر عندما
تأكل الوجبة في المطعم
وتسأل عن طريقة تحضيره
وحرص أن لا يكون الدهن
أساس في إعداد الوجبة .
٧- لا تحرم نفسك من الطعام
للأنذ ولو مرة في الأسبوع
ولكن بمقادير قليلة جدا وبدون
دهون لتلا تعود لتأكل بنهم
وخفف من السكريات
والأملاح أيضا لأنها سبب
تخزين الماء في الجسم .
مارس أي نوع من أنواع
الرياضة أيضا لتلا يحدث
تزل بالعضلات .

طب عربي فوائد الرمان



في دباغة الجود وثبيت
اللون ويظط قشر الرمان
لمطحن مع الحناء .
وطور الرمان :- جيد
للمعدة ، قوي لها بما فيه
قبح لطيف نافع للطق
والصدر والرئة جيد للسعال
وملاء ملين للبطن ، يغذي
الجسم وله خاصية عجيبة إذا
أكل مع الخبز يمنعه من
الفساد بالمعدة .
وحامضه :- قابض لطيف
ينفع المعدة ويدير البول ويسكن
لصفراء ويقطع الاسهال
ويمنع القيء . وإذا استخرج
ملاءه بشحمه وطبخ مع قليل
من العسل أصبح كالمرهم
يستعمل كحل ويقر الصغار
من العين ويتقيها من
الطريبات لظيفة وإذا
مسحت به لثة شفاها من
الأمراض .
وينفع الرمان إذا خلط مع
العسل لطلاء لقرح الخيشة
وشغفها وقامعه للجراحات
قالوا : ومن يطلع ثلاثة من
قشر الرمان في كل سنة أمن
لرمد لمدة سنة كاملة .

لرمان من لقواكه الموسمية
والموجودة في السوق الآن
بكثرة . يتميز الرمان بحويته
للحماء للأولية ويصنع منه
الخبس الذي يستعمل أيام
الشتاء .
قال تعالى : فيها فلكة ونخل
ورمان " صدق الله العظيم .
ويذكر عن ابن عباس أنه قال
" ما من رمان من رمانك
هذا الا وهو ملقح بجنة من
رمان لجنة " ويذكر عن علي
فه قال : كلوا الرمان بشحمه
فانه دباغ للمد " .
والرمان خاصية هاضمة
لاخولته على نسبة مرتفعة
من الاضاض مما يساعد على
تجنب مرض التقرص ومنع
تكوين حصي في الكلية كما
أنه يحتوي على نسبة عالية
من الحديد وبعض الفيتامينات
لما قشور الرمان فأنها لا تقل
قلقة عن لب فأن فيها مادة
لصفر القابضة والتي يغيد
مظفها في حالات الاسهال
وطرد الحدة لوجدة من
الإمعاء كما يستاد من القشور
الأنث

الصفحة الطبية

أنت تسأل والطبيب يجيب

الاسم :
الاسم المستعار :-

أرسل الكوبون إلى عنوان الصحيفة

اسرار الحجاب



علاج سرطان الثدي



عندما تكون المسكرا من النوع الرطب وليس الجفاف تحصل كتلا على الرموش وللحصول على رموش جميلة لا تستعجلي لفصل الرموش برفع الرموش للوقوف ثم لمسحي للفرشاة لدخول المسكرا انتظاما وليس في موضع المسكرا من الخارج الى الداخل وبعد ذلك من اصل الرموش الى الخارج بطريقة متعرجة .

خامسا :- كيف تستطيع ان تظهر الحجاب بان جميل ؟
اولا عندما ترتدي الشعر لراكد اجعلي الشعر متناسبا ويتجه واحد وفي اتجاه زاوية العين .
ثانيا :- ضعي البودرة للفتحة على الحجبين قبل استعمال قلم الحواجب وبعد استعمال فرشاة المسكرا الرفيعة الشعر الى الاعلى .
ثالثا :- ماذا افعل لاطهر عظم الوجنتين بشكل اجمل ؟
ضعي احمر الخدود على الوجنتين في الاعلى رأسا تحت طرف حدود العين ويكون الفتحة بكتير من لون البودرة التي سوف تضعها في المكياج ثم غفيرة بلون البودرة للدخول واخيرا ضعي احمر الخدود بالفرشاة مرة اخرى على الوجنتين لاطهر جمال الوجه ويعطيه حيوية .

سابعاً :- كيف تستطيع ان اجعل فمي يبدو اصغر حجما ؟
ضعي بودرة غامقة اللون في وسط الفم وبعد ذلك ضعي قليلا من احمر الخدود وامسحي من الاسفل الى الاعلى .

ثامناً :- كيف اجعل اسنفي اوسع ؟
ان اسهل طريقة هي ان ازيد من اعجاج الحواجب ارفعي القوس قليلا من الزاوية للخارجة للعين وسوف تظهر وكأنك عمتي عملية تجديل للجبهة برفعها الى الاعلى .

تاسعاً :- كيف اجعل راسي يبدو اقل ضخمة ؟
استعجلي من الظلال ، ضعي الكثير من البودرة للجبهة والرقبة ثم استعجلي كريم الأساس ولكن ٤ طبقات أغصق تحت الفم مباشرة .

عاشراً :- ما لون الظلال الذي يجب ان استعمله ليعني ؟
استعمل لونا له جاذبية بلون عينيك الطبيعي (الاصفر) فمثلا فان ذلك اللون الزرقاء تحتاج الى الظل البني او الفاتح الأزرق بنفس اللون للعين ، والسيدة ذات العين الخضراء تستطيع ان تستعمل أي لون تختاره فانه مناسب لونها لونها .

الحجاب ليس له لون واحد بل هو صلبه للعين البنية اللون فانها تبدو اجمل بالظلال اللون الرمادي .
هذه الامثلة اجابت علىها خيرة للتجميل الامريكى الاصل فاليري خصيصا من اجل جمال عيون النساء الجميلات .

الجد عند التحرق .
٢- كيف اضع كريم الاساس بطريقة مقبولة بحيث يعم جميع الوجه ؟
يجب وضع كريم الاساس بالاصبع اليمين وان تستعمل قطعة من الاسفنج لتوزيعه على الوجنتين والجيبة بسهولة ويظهر كي يجف بسرعة على الوجه .

٣- كيف تستطيع ان تظهر شفتي بصورة اجمل ؟
اولا يجب ان تغطي الشفتين بكريم الاساس وبعد ذلك استعجلي قلم الشفاه لتضيق حدود لقم وليكن بنفس لون قلم الحواجب الشفاه ان كنت الشفاه ملوثة استعجلي اللون الغامق وان كنت الشفاه رقيقة رسمي حدود لقم واستعجلي اللون الفاتح وليناسب لون البشرة والملابس .
رابعاً :- لماذا تتجعد الرموش اجاباً لثاء استعمال المسكرا ؟

هناك قواعد اساسية لعمل المكياج الذي يظهر جمال وجه المرأة ... ولكي تبدو المرأة على اكمل وجه فان عليها اتباع القواعد العشر التالية ولكن اولا عليها الاجابة على مثل هذه الاسئلة مثلا :-
السؤال الاول : كيف تستطيع ان تظهر بقم ملان وجمل ؟
السؤال الثاني : كيف تستطيع ان اجعل فمي يبدو صغيرا ؟
السؤال الثالث : كيف تستطيع ان تظهر اسنفي سنا ؟
هذه بعض الاسئلة التي غالبا متساها لية امرأة قبل البدء بعمل مكياجها .
هناك عشرة اسئلة سألنا ملة واليك الاجابة عليها .
١- كيف تستطيع ان اجعل مكياج عيني ثابتا ولا يسيل ؟
٢- اضع كريم الاساس قبل وضع أي مكياج على العين او الظل لانه يكون طبقة عازلة ولا يخرج الدهنيات من

لشعر بصورة بسيطة وفي احدى الدراسات فان ٤٣٪ من مريضات سرطان الثدي تجاوبنا مع العلاج .

ان دكتور روبرت ليفنجنون استاذ الطب في جامعة واشنطن في سياتل وجد نتائج ملحوظة في دراسة على مجموعة اعطيت خليطا من دواء مي بي بي . وعلى ذلك فتما يقارب نصف ٤٥ مريضة في مجال الدراسة لا زلن على قيد الحياة بعد سنتين من الحياة بعد سنتين الان من اجراء التجارب العلاجية عليهم ومنهم ١٥ ٪ تخلصن من السرطان وشغين شفاء تاما . ان مرض سرطان الثدي ليس مميتا قال الدكتور هراشيكي ولنا نستطيع الان ان نقلل من حالات المرض ومن مساعدة المريضات في التغلب على هذا المرض الخبيث في المستقبل القريب .

وفي دراسة قائمة فان ملة وستة مريضة تناولن جرعات من الستيروئيد منهن عشرة ميدات تم شفائهن من هذا ييدو بلان علاج للناقلين بشغين بالفعل معظم المريضات هذا ما قالته الدكتورة بريلا ويبر مساعدة استاذ الطب في جامعة ماشينغتون مكان اجراء هذه الدراسة وفي دراسة على ٣٤ مريضة في كندا تناولن جرعات تكسوتير ٣ منهن تم شفاءهن شفاء كاملا ١٩ نقصت الاورام السرطانية ١٠ احييات لم ينتشر المرض اكثر في صدرهن على ما يظهر ان علاج تكسوتير سيكون ناقما " هذا ما قاله الدكتور هراشيكي .

وكما ان النتائج الالوية للاختبار على العلاج الجديد دواب ٩٤١ مشجعة للغاية مع ان لها اعراض جانبية كسقوط

دواء جديد ونجاح يكسب المعركة في علاج سرطان الثدي المتقدم والمزمن .

ان السيدات المريضات بسرطان الثدي المزمين والمتقدم ليهن الامل بفضل بعض العلاجات التي اوت في نتائج ناجحة وملحوظة ..

هكذا يقول العلماء .
ان رسالتنا بكل بساطة هي !! لنا نحاول ان نجد علاجاً مؤثرا للقضاء على هذا المرض " قال الدكتور وليم هراشيكي استاذ الطب في جامعة ايواي بنويورك .
ان سرطان الثدي يقتل ما يعادل ١٦٤ الف سيدة امريكية سنويا في الماضي كان علاج الحالات المتقدمة والمستعصية لهذا المرض فاشلا ولا يؤدي للنتيجة . لكن العلاج الجديد الذي يحتوي على نيتالابان وتكسوتير دواب ٩٤١ وكذلك العلاج الجامع " سي بي سي " تعطي نتائجها بنجاح .

معالجة بالحليب



- الكميات**
- ١- ١ كيلو حليب طازج
 - ٢- ١ فجلان شاي نشاء
 - ٣- ٢ فجلان شاي سكر
 - ٤- ملعقة صغيرة فجلان أو ماء الزهر حسب الرغبة .

طريقة العمل

- ١- اغلي الحليب على نار

- ١- متوسط الحرارة بعد اضافة السكر .
- ٢- اضيفي الماء الى بودرة النشاء واخطينه جيدا .
- ٣- استمري في التحريك وهو على النار حتى يجمد الخليط .
- ٤- ارفعيه عن النار واسكبيه في صحنون صغيرة عميقة واتركيه حتى يبرد .
- ٥- جملي ببرش جوز الهند .
- ٦- قدمي باردا .



ام محمد زائرة خفيفة الظل

غامرت ام محمد وقررت اخيرا الخروج من بيتها في زيارة لاجرتها . هذه الجارة التي سكنت الحي حينا ولم تصل ام محمد للولجب بزيارتها حتى الان . ليس لأنها لا تستطيع الدخول من باب البيت فقط ، وليس لأنها لم تذهب الى كورفير في حياتها كلها ، وليس لأنها لم تغير ثيابها منذ عهد الانتداب ولكن لأن سلاتها لبالغة ثقيت عشر نفرا تمنعها من التفكير في أي من هذه الامور .

واليوم بالذات قررت ام

للكورة لولي أبو ناي



لها حكمة غريبة قد لا نلاحظها في الاحلام او في الواقع .. انها حصلت بالفعل

في وقت مبكر ، ولا يزال يظهر حيا

في وقت مبكر ، ولا يزال يظهر حيا

في وقت مبكر ، ولا يزال يظهر حيا

في وقت مبكر ، ولا يزال يظهر حيا

في وقت مبكر ، ولا يزال يظهر حيا

في وقت مبكر ، ولا يزال يظهر حيا

في وقت مبكر ، ولا يزال يظهر حيا

في وقت مبكر ، ولا يزال يظهر حيا

في وقت مبكر ، ولا يزال يظهر حيا

في وقت مبكر ، ولا يزال يظهر حيا

في وقت مبكر ، ولا يزال يظهر حيا

في وقت مبكر ، ولا يزال يظهر حيا

في وقت مبكر ، ولا يزال يظهر حيا



*صالونات التجميل .. لوبقالات التجميل .. واختلاط الحابل بالنابل ..؟

*الفنادق تنافس صالونات التجميل ببيع أو تأجير بدلات العرائس والاكوابيل والمطرح ..؟

* إذا رغبت في الاعلان عن فقدان كلب بحجم القطه اسكن

في عبود ..!
* الزوجة .. مثل الورد .. إذا شمها الآخرون ذبلت وقعدت

*كثرت .. عروض بيع المطاعم وخالصة كوفي شوب لأن الشباب ظفروا.. وعلى الشابات تقديم المساعدة ..لأن الماما ما يتدخل ابدا .

يا سيدي الشيخ .. في وزارة الاوقاف .. تكرم بزيارة
المقبرة الاسلامية في سحاب لتشاهد نظافة المقبرة رقم ٢

* تكليف حفل الزفاف تصل الي ١٣٦ الف دولار . في

بريطانيا.. طبعاً هؤلاء من اقاربنا العرب وليس من
الباردين..؟

في مصر الجديدة بالقاهرة . شارع اسمه
بطرس بطرس . بطرس . بطرس . والتكملة عندك ؟
* هذه أيتها الملكة ، ذكري تفكيرك في ... ولا عاقبة له اتصال

* أريج لطف، العبادي تقول في، كلمة نشرت لها إذا أنت

وجدت اننى صعوبة في رسم الابتسامة على وجهك فاحتفظ
بقلبك باسمنا فعندما يتسم قلب الواحد منا فانه يمتلئ

بالابتسامات والسعادة .. يا اريج ... هاتي مصري وانا
مبتسم وسعيد على طول الخط .. ؟

*لطوفة .كانت مكبوسة في المهرجان..لأن الجمهور الاردني ذواق وحساس جدا..وكانت النتيجة

مرة... والامتحان صعب يا لطوفة !..
*فرقة فنية... جاءت وشاركت في المهرجان وهي من بلاد
الدين... طالت ولا سالت المطالمة القنطرة !

*المطرية التي عندها استعداد ان تشرب (بلبان) تصل الى
المسح الخفيف

*حكمة للعروسان ..إذا تزوجت بالتقصير ... تتجب اولاد
بالكميالات !..

«وأنا صغير .. كنت اسمع مثل .. من طينة بلادك ليطن
خداك !..»

*التلفون النقال.. يفقد السمع.. ويؤثر على الدماغ.. هذا على
نمة العلماء في ارض الهندو الحمر..!

* اذهب عند "كفذه" وتعلم كمبيوتر احسن لك من الكليات ...
لأننا في عصر العلم والكمبيوتر !!

* مصر .. منعت تركيب 'صحنون الملوخية' السبب

* المواطن هو الذي يحدد اسعار القهوة .. عرض وطلب ..
وبذلك تاجر القهوة يثبت فائده

* ارتفاع اسعار الاراضي .. دفع نقابة الاطباء بأن تاكل
اولادها في اسكان الاطباء .. في ارض ' حجرة '

* زيادة بواخر نقل الركاب بين العقبة ونويبع مش هذا المهم .. الاله المعاملة في حدود البلدين الاردن - ومصر ..

والله يبعد عنكم شدة الحر والرطوبة في الصيف ..؟

* أيام عروض مهرجان جرش.. ارتفعت درجة

الحرارة . وخاصة في المسرح الجنوبي ..
* المرأة في البلدان النامية تزرع ٨٠ بالمئة من جميع الأغذية

النبي ينج ولها نادر ما تمتلك الأرض التي
تزرعها.. المرأة تعطي.. ولا تأخذ لأنها هي "الأم" أنت
للغالبية يا "امي"...

* البنك الدولي يضغط على اليمن لمواصلة الإصلاحات الاقتصادية .. والمعارضة تحذر ان ترتفع نسبة الفقر في

صفوف شعب اليمن السعيد...!

* يقال بأن البنك الدولي سوف يتدخل في طلاق النساء من

تواجهن في السنوات القادمة .. ويطالب الدول العربية برفع الدعم عن النساء لزيادة نسبة الطلاق وخراب بيت الي خانة متسا



* العسكري فقد الممثلة الكويتية مريم الغضبان البصر في العين اليمنى وأضعف اليسرى ووصلت الففافة مريم الغضبان الى الولايات المتحدة لاستكمال علاجها .. حيث قضى مرض العسكري وارتفاع نسبته في الدم لديها على التنظر في عينها اليمنى وعلى ورثك فقدان البصر بعينها اليسرى ، بجانب الام الدم المبرحة في تنديما .. نتمنى للفقلة الشفاء العاجل.

**الفنانة الكويتية
مريم الغضبان
أصبحت بالعمى**



ہمای
شقہ

عثمان حسن

حول رحلة المصنف إلى المهلى
تحاكي القصص التي تقترب من
الخرافة ، ونحن في عمان
الصغيرة نميل إلى أسطورة الأشياء
بطريقة ساذجة على قدر الجرب
لقلارغ دوما .

في بلاد الله الواسعة هناك علاقة
تتجم بين المواطن أي مواطن
وبين المنصف إلا في بلادنا . لقد
ضربنا حول المنصف هالة مفرقة
في الوصف حتى بأعدائنا وبين
عدائنا للظلم أو الغير غلبان
بالضرورة .

قد حبسنا مجموعة من الشباب
في مقهى ، ولم يبق في خلدنا لنا
متفنون ، فقد ملأنا الجدران
تشييد المتفقد وتحواله الى ورقة
توت عارية .. لقد حبسنا اقصانا
بوت تعب ، واقتنا بلصائنا في
لحى للزوايا ، وكان بيننا بعض
الانساجم ، وكنا نخشى ان
تخترقنا الجوارز " المتكسفين "
ربكاهما الامواج ، فإعنا بيننا
وبيننا تاركين لهم وحدهم حكمة
الجوارز وغلام التارخج المهزوم
منذ اول رجل شجاع حتى عثمان
صن وعاد غلام النساء اللواتي
يقطنن الشارع نظرن الى شرفة
المقهى ادهامن صرخت ياي
مفتق !!

الثانية قالت : أحمق منكم!!
الثالثة همست لزميلاتها : ممكن

مفت !!
الرابعة مفت : مفت من

الحمد لله

**البنك أوقف
صرف شيكات
الورثة ... ؟**

أحد البنوك التي تحترم نفسها
والعريقة والتقدمية جداً في عمان
لأوقت صرف شيكات ارباح
الاسهم للورثة الذين توفي أبائهم
وأهلهم وتعودوا أن يصرف
لهم الربح سنوياً منذ سنين
عدة... مع العلم بأن هذه
الشركات قد وقعت من قبل
رئيس مجلس الادارة .
أسأل هنا سؤالا وجيها هل
يجوز لموظف في بنك أن
يوقف صرف شيك وقعه رئيس
مجلس الادارة ؟ أرجو الاجابة
السريعة على هذا السؤال .
وشكرا للموظفين هذا البنك
لنشاطين على تفانيهم في
العمل .